

Arrangør:

Oversikt over ansvarlige arrangører sendes ut av sportslig leder før hver treningsløps sesong (Anne Gyri Gløersen).

Dersom en ansvarlig arrangør ser at dato for treningsløp ikke passer er man selv ansvarlig for å bytte dag med annen arrangør.

Dersom ikke annet er skrevet i oversikten over treningsløpene er arrangør ansvarlig for både løypelegging og selve arrangeringen av treningsløpet.

Utstyr:

Den første som arrangerer treningsløp i sesongen henter utstyr hos materialforvalter (Trond Evensen).

Når treningsløpet er ferdig må alt utstyr tørkes dersom det har blitt vått. Postskjermer ol får lett jordslag dersom det blir liggende vått i plastikk kassene.

Dersom noe utstyr har blitt borte må dette meldes med en gang til sportslig ansvarlig (Anne Gyri Gløersen) for å bli vurdert erstattet.

Dersom det snart er tomt for papir til tidtakeren må dette også meldes til sportslig leder (Anne Gyri Gløersen).

Utstyret leveres til neste arrangør på lista når postene er tatt inn og i god tid før neste treningsløp.

Den siste som arrangerer treningsløp i sesongen leverer utstyret til sportslig leder (Anne Gyri Gløersen).

Inneholder treningsløpseskene:

- Følgende koder på tidtakingsenheter: 31-35, 38-44, 46, 47, 51, 70-82, 84, 87, 88, 90, 91, 105

Vi har noen postenheter det er to av med samme kode, men som er markert med et 1-tall foran på den ene postenheteren: 139, 141, 143, 144. NB: Disse må ikke plasseres rett etter hverandre i løypene, men fungerer dersom det er en enhet mellom dem.

- 35 postskjermer
- Tidtaker med skriver
NB: Husk å lade tidtakeren før treningsløpet!
Tidtakeren må ikke utsettes for regn/fuktighet/kulde, da går den i stykker og det koster mye å erstatte den!
Tidtakeren må oppbevares innendørs mellom treningene!
- Papirruller til skriver
- Diverse skrivemateriell
- Lånebrikker
- Plastlommer

Dersom arrangør har behov for flere enheter eller postskjermer, eller vil ha enheter som står fast på stativ må dette hentes hos materialforvalter etter avtale med materialforvalter (Trond Evensen) minst en uke før treningsløpet. Det kan også hentes telt hos materialforvalter eller andre medlemmer som har dette dersom arrangøren mener det er behov.

Sjekk alltid at postkodene som er lagt inn i OCAD stemmer med kodene på enhetene i treningsesken.

Kart/løyper:

Husk alltid å be kartansvarlig (Trond Evensen) om siste versjon av bakgrunnskartet før man begynner å legge løyper.

Til vanlig skogsorientering legges det minimum 4 løyper (A-lang ca. 5 km, A-kort ca. 3,5 km, B/C og N). Til sprint lages det minimum en A-, en B- og en N-løype.

Koder på tilgjengelige enheter ligger på OTO sin nettside og står på oversikt på lokket på plastikk kassen med utstyr.

OCAD fil med alle løyper sendes den i OTO som har skriveren (Roar Mathisen) på e-post (rmathi@online.no) senest en uke før treningsløpet.

Treningsløpet

Poster skal være lagt ut i god tid før **start, som er mellom 17.30-18.30**. Postene skal legges ut og tas inn samme dag som treningsløpet. Dersom det vurderes sikkert kan de legges ut kvelden før og tas inn dagen etter treningsløpet.

Sørg for at det er satt opp riktig oppmøtested i oversikten over treningsløp.

Merk til parkering og eventuelt samlingsplass dersom det er nødvendig.

Noter ned alle som løper ut i skogen slik at vi har kontroll på at alle kommer inn igjen.